

Kajian Filsafat-Neurosains Tentang Otak dan Hubungan Antarmanusia

Oleh Reza A.A Wattimena

Dr. der Phil. Reza Alexander Antonius Wattimena. Peneliti di bidang Filsafat Politik, Filsafat Ilmu dan Kebijakan Timor. Alumni Sekolah Tinggi Filsafat Driyarkara Jakarta. Doktor Filsafat dari Hochschule für Philosophie München, Philosophische Fakultät SJ München, Jerman. Pernah mengajar di berbagai perguruan tinggi, seperti Universitas Katolik Atma Jaya Jakarta, Universitas Airlangga, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, Universitas Presiden, Program Pascasarjana Universitas Indonesia, Jakarta dan Universitas Multimedia Nusantara. Beberapa karyanya: *Menjadi Pemimpin Sejati* (2012), *Filsafat Anti Korupsi* (2012), *Tentang Manusia* (2016), *Filsafat dan Sains* (2008), *Zen dan Jalan Pembebasan* (2017-2018), *Melampaui Negara Hukum Klasik* (2007), *Demokrasi: Dasar dan Tantangannya* (2016), *Bahagia, Kenapa Tidak?* (2015), *Cosmopolitanism in International Relations* (2018), *Protopia Philosophia* (2019), *Mendidik Manusia* (2020), *Untuk Semua yang Beragama* (2020), *Terjatuh Lalu Terbang* (2020), *Urban Zen* (2021), *Revolusi Pendidikan Indonesia* (2022) dan berbagai karya lainnya di surat kabar, website, jurnal ilmiah maupun buku.

Abstrak

Tulisan ini menjelaskan konsep hubungan antar manusia dengan menggunakan sudut pandang neurosains dan filsafat. Neurosains adalah ilmu pengetahuan yang bertujuan untuk memahami kinerja otak, saraf dan perannya dalam hidup manusia. Beberapa pandangan inti tentang hubungan antar manusia di dalam neurosains akan dijabarkan terlebih dahulu. Beberapa pandangan filosofis tentang manusia juga akan dijelaskan. Keberadaan orang lain mutlak diperlukan untuk keberadaan dan perkembangan manusia. Ini dimungkinkan, karena adanya empati, proses bercermin dan penciptaan konteks sosial di dalam otak manusia. Penelitian ini juga penting untuk memahami pola di balik konflik antar manusia. Sumber utama tulisan ini mengacu pada pemikiran David Eagleman dan penelitian-penelitian yang telah dilakukan penulis sebelumnya (Reza A.A Wattimena).

Kata-kata Kunci: Otak, Otak Sosial, Empati, Proses Bercermin, Konteks Sosial.

Abstract

This paper explains the concept of human relations using the perspective of neuroscience and philosophy. Neuroscience is a branch of science that aims to understand the brain, nerves and their role in human life. Some of the core views of human relations in neuroscience will be outlined first. Some philosophical views about humans will also be explained. The existence of other people is absolutely necessary for human existence and development. This is possible, because of the existence of empathy, the mirroring process and the creation of a social context in the human brain. This research is also important to understand the patterns behind human conflict. The article is inspired by the thoughts of David Eagleman and the studies that have been done by the author (Reza A.A Wattimena).

Key words: Brain, Social Brain, Empathy, Mirroring, Social Context.

Judul tulisan ini mungkin terasa aneh. Apakah kita memerlukan orang lain? Tentu saja, jawaban spontannya adalah positif. Akan tetapi, ini kerap hanya menjadi pengandaian semata. Tidak ada dasar penelitian maupun logika di dalamnya.

Tulisan ini ingin mengurai dasar ilmiah maupun filosofis dari hubungan antar manusia. Beberapa penelitian neurosains akan digunakan sebagai dasar. Beberapa pandangan para filsuf juga akan sedikit disinggung. Tema ini menjadi penting, karena hubungan antar manusia akan menentukan keadaan sosial maupun politik dunia. Pilihan antara perang dan perdamaian kerap amat tergantung padanya.

Keberadaan diri kita sebagai manusia juga amat tergantung pada keberadaan orang lain. Kita hidup dalam jaringan yang tak terpisahkan tidak hanya dengan manusia lain, tetapi juga dengan seluruh alam semesta. Tanpa jaringan yang maha luas ini, kita tidak akan dapat bertahan, bahkan sedetik. Perkembangan diri kita sebagai manusia pun tak dapat dipisahkan dari hubungan dengan orang lain, maupun dengan segala yang ada.

Bagian awal tulisan ini akan menjelaskan hubungan antar manusia, atau tentang keberadaan orang lain, dari sudut pandang neurosains. Bagian berikutnya akan memberikan beberapa pandangan para filsuf tentang tema yang sama. Kerangka neurosains mengacu pada penelitian yang dibuat oleh David Eagleman. Sementara, kerangka filsafat dan refleksi akan mengacu pada beberapa sumber, sekaligus penelitian-penelitian yang telah saya lakukan sebelumnya.

Otak dan Orang Lain

Otak merupakan organ yang paling banyak menyerap energi di dalam tubuh manusia.¹ Untuk bisa bekerja dengan baik, ia membutuhkan energi dari makanan yang kita makan. Ia juga membutuhkan oksigen dari udara yang kita hirup. Otak juga membutuhkan cairan dari air yang kita minum. Namun, tidak hanya itu yang dibutuhkan otak.

Otak juga memerlukan dunia sosial. Ia membutuhkan orang lain. Untuk bisa bekerja dengan baik, otak membutuhkan jaringan dunia sosial dengan segala kompleksitasnya. Tanpa ini semua, otak tidak hanya tidak bisa bekerja dengan baik. Otak akan kehilangan fungsi dasarnya.

¹ Kerangka mengacu pada (Eagleman 2015)

Tak berlebihan jika dikatakan, bahwa keberadaan kita amat bergantung ada keberadaan jaringan kehidupan lainnya, terutama kehadiran orang lain. Ada hampir 8 miliar manusia di bumi sekarang ini. Tentu saja, kita merasa, bahwa kita adalah manusia yang mandiri. Namun, perasaan ini tidaklah sesuai dengan kenyataan. Peradaban berpijak pada jaringan sosial dari hubungan antar manusia yang terkait dengan perkembangan biologisnya, terutama otak.

Di dalam paradigma lama, otak dilihat sebagai organ mandiri. Otak pun dipahami dan diteliti dalam isolasi. Namun, di dalam perkembangan ilmu pengetahuan, paradigma ini pun dipatahkan. Sebagai makhluk sosial, kinerja dan perkembangan otak manusia tak dapat dilepaskan dari hubungan antarmanusia. Hubungan ini menjadi begitu kompleks dan canggih, sehingga melahirkan peradaban manusia, dan menjadikan manusia sebagai spesies paling dominan di bumi sekarang ini.²

Hubungan antar manusia adalah sesuatu yang dinamis. Ia terbentuk dan hancur dengan berbagai sebab. Keluarga baru terbentuk. Keluarga lama bercerai berai, karena berbagai alasan. Hal serupa terjadi di hubungan yang lebih luas, seperti dalam politik maupun hubungan internasional.³

Di dalam setiap bentuk hubungan sosial, otak memainkan peranan penting. Ada bagian-bagian tertentu dalam otak yang berperan penting disini. Ia bertugas memantau keberadaan dan gerak orang lain. Ia juga berperan di dalam proses komunikasi, empati maupun penilaian terhadap emosi orang lain. Hubungan sosial dimungkinkan, karena adanya struktur biologis yang sudah terbentuk sebelumnya di dalam diri manusia.

Tindakan sosial manusia berakar dalam pada tubuhnya, terutama pada sistem sarafnya. Hal ini menjadi kajian dari neurosains sosial (*social neuroscience*). Sebagai ilmu yang masih sangat muda, ilmu ini melihat kaitan antara struktur saraf manusia di dalam otak dengan perilaku sosialnya. Proses sosial dimulai dari otak manusia. Ini dimulai dari persepsinya, ketika melihat atau mengamati sebuah perilaku.

Misalnya, kita sedang menonton film. Yang kita lihat adalah layar yang diisi gambar. Gambar tersebut dibuat beragam dengan cerita di dalamnya. Namun, di

² Lihat (Harari 2011)

³ Lihat (Reza A.A Wattimena 2019) bersama Anak Agung Banyu Perwita

dalam pikiran kita, ada cerita tentang kehidupan yang amat kompleks. Ada percintaan, konflik, perang dan sebagainya.

Ini menunjukkan dengan jelas, bahwa manusia bisa melihat konteks sosial di berbagai tempat. Di layar yang hanya diisi permainan cahaya, manusia bisa menciptakan konteks sosial tertentu di dalam pikirannya. Bahkan, kita bisa ikut merasakan perubahan emosi di dalam diri kita, ketika cerita sedih di layar ditampilkan. Kita bisa melihat narasi sosial di segala tempat, termasuk emosi dan motivasi tindakan manusia yang beragam. Artinya, kita sebagai manusia bisa menciptakan cerita tentang kehidupan sosial di berbagai tempat.

Ini sebenarnya bukan hal baru. Sudah sejak awal keberadaannya, manusia membangun cerita dengan berbagai cara, seperti lukisan di gua, penafsiran terhadap gerak bintang dan sebagainya. Kita melihat alam semesta sebagai tempat yang memiliki cerita yang terkait langsung dengan kehidupan kita. Ini menggambarkan banyak hal tentang pikiran sekaligus struktur otak manusia. Keduanya sudah selalu berakar pada dunia sosial, dan dibentuk untuk melakukan hubungan sosial dengan orang lain.

Ini juga terkait dengan proses pelestarian diri manusia. Tanpa komunitas yang kuat, manusia tidak akan mampu bertahan di hadapan kejamnya alam. Predator akan selalu siap memangsa. Makanan dan minuman akan sulit untuk didapat. Kemampuan otak dan pikiran manusia untuk melihat hubungan sosial di berbagai tempat juga membantunya membedakan antara musuh dan teman.

Manusia juga perlu untuk memahami maksud dari manusia lainnya. Apakah ia berniat buruk atau baik? Ini menentukan tanggapan apa yang nantinya patut untuk diberikan. Di dalam kerangka yang lebih luas, semua ini membantu proses manusia melestarikan dirinya sendiri (*self preservation*). Tanpa kemampuan membaca konteks sosial secara universal, proses pelestarian diri tidak hanya akan menjadi sulit, tetapi juga mustahil.

Kemampuan membaca konteks sosial ini disebut juga sebagai penilaian sosial (*social judgment*). Setiap saat, otak dan pikiran kita melakukannya. Penelitian yang dilakukan Eagleman menunjukkan, bahwa bayi pun melakukannya. Ini terjadi, saat mereka bahkan belum bisa berbicara ataupun berjalan. Kemampuan penilaian sosial, rupanya, sudah selalu tertanam di dalam diri manusia.

Kemampuan penilaian sosial juga terkait dengan kemampuan kita mempercayai orang. Kita mesti membedakan, orang mana yang bisa dipercaya, dan mana yang tidak. Ini juga terkait dengan pelestarian diri sekaligus perkembangan hidup kita sebagai manusia. Penelitian perilaku sudah menunjukkan, bahwa manusia memiliki kemampuan alamiah untuk menilai tingkat kredibilitas orang lain. Otak, sebagai salah satu organ biologis terpenting manusia, memungkinkan hal tersebut untuk terjadi.

Semakin dewasa, hubungan antar manusia menjadi semakin rumit. Maksud tidak lagi menjadi jelas, karena ia tak sungguh dirumuskan di dalam bahasa, dan disampaikan dengan jelas. Ada nada suara, gerak tubuh ataupun hal-hal kecil lainnya yang juga penting untuk diperhatikan. Percakapan dengan orang lain mungkin terjadi secara sadar dengan menggunakan bahasa. Namun, bersama dengan itu, otak kita bekerja untuk mengolah berbagai informasi kompleks yang ada.

Proses ini terjadi secara tidak sadar, walaupun sangat kompleks.⁴ Dapat juga dikatakan, bahwa ia terjadi secara instingtif.⁵ Namun, tidak semua orang mengalami ini secara alami. Autisme menjadi perkecualian tersendiri. Ini adalah perkembangan yang terhambat dari jaringan saraf seseorang. Penyebabnya adalah genetik sekaligus pengaruh lingkungan.

Di berbagai belahan dunia, jumlah orang yang mengalami autisme terus meningkat. Tidak alasan yang sungguh jelas, mengapa ini terjadi. Di orang yang tak mengalami autisme, seluruh bagian otak bekerja untuk menerapkan penilaian sosial di dalam hubungan dengan orang lain. Otak kita melakukan analisis dan menerka keadaan emosional orang lain. Hal serupa tidak terjadi secara sempurna di orang yang mengalami autisme.

Setiap saat, secara alami dan otomatis, otak kita mencoba menebak emosi di wajah orang lain. Kerap kali, tanda-tanda yang muncul amatlah halus, nyaris tak terlihat. Kita juga seringkali tak sungguh menyadari proses yang amat kompleks ini. Ada hal menarik yang ditemukan Eagleman di dalam penelitiannya. Ketika berhadapan satu sama lain, orang cenderung mengikuti raut wajah dari lawan bicarannya. Ini disebut juga sebagai proses cermin (*mirroring*).

⁴ Lihat (Eagleman 2015)

⁵ Lihat (Wattimena 2021)

Ketika orang tersenyum, kita ikut tersenyum. Walaupun, intensitasnya berbeda. Ketika orang menguap, kita ikut menguap. Walaupun, kita sering tak menyadarinya. Kita saling meniru satu sama lain, walaupun kita tak sungguh menyadarinya.

Sikap saling meniru semakin terasa, ketika orang menjadi pasangan kekasih. Semakin lama orang tinggal bersama, semakin mereka mirip satu sama lain. Ini terjadi, karena mereka sudah terlalu lama saling mencerminkan (*mirroring*) satu sama lain. Bahkan, pola keriput yang muncul di kulit mereka pun semakin serupa. Mengapa ini terjadi?

Ekspresi wajah seseorang menampilkan perasaannya. Secara tak sadar, kita menangkap ekspresi wajah orang lain, dan menafsirkannya. Kita mencoba menebak, seringkali secara sadar, keadaan emosional orang lain. Ini membantu proses komunikasi dan pemahaman satu sama lain. Ini juga menopang mutu hubungan antar manusia yang terjadi sehari-hari.

Pola serupa juga terjadi, ketika kita menonton film. Kisah patah hati ikut menyakiti hati kita di dalamnya. Begitupula kisah lucu yang mengundang tawa di wajah kita. Padahal, itu semua terjadi di layar kosong. Cinta dan benci dilukiskan di sehelai kanvas yang diisi gambar-gambar sementara. Namun, kita semua bisa begitu mudah hanyut di dalamnya.

Mekanisme bisa juga disebut empati (*empathy*). Kita membayangkan rasa sakit yang dialami orang lain, seolah-olah kita yang mengalaminya. Otak kita pun menggambarkan proses yang serupa. Tidak ada satupun tempat yang mengolah rasa sakit di otak. Ketika perasaan sakit datang, baik yang dialami sendiri ataupun orang lain yang dilihat, seluruh bagian otak bereaksi.⁶

Di dalam neurosains, inilah yang disebut sebagai matrix rasa sakit (*pain matrix*). Bagian ini juga berperan amat penting di dalam hubungan dengan orang lain, terutama terkait dengan empati. Kita seolah mengalami sendiri apa yang dialami orang lain, ketika kita melihat atau mendengarnya secara langsung. Eagleman menyebut ini sebagai dasar biologis bagi proses empati. Secara otomatis dan alami, kita ikut merasa sakit, ketika kita menyaksikan orang lain yang sedang kesakitan.

Empati adalah sebetulnya simulasi. Kita membayangkan, bagaimana perasaan kita, ketika kita sedang berada di kehidupan orang lain. Inilah sebabnya, mengapa kita

⁶ Lihat (Eagleman 2015)

merasa sedih ataupun senang, ketika menonton film. Ini juga yang menjadi penyebab, mengapa kita bisa hanyut di dalam cerita novel tertentu. Kita merasa, bahwa kita terlibat langsung di dalam cerita yang ada.

Otak kita tak bisa membedakan pengalaman kita dan pengalaman orang lain. Ketika orang lain sedang kesakitan, kita ikut merasa sakit. Otak kita mengira, tubuh kita yang merasa sakit. Hal serupa terjadi, ketika kita sedang menonton film ataupun membaca buku. Jaringan saraf di otak kita menganggap, bahwa pengalaman orang lain adalah pengalaman kita sendiri.⁷

Dengan kemampuan ini, kita bisa menebak perasaan orang lain. Kita bisa mengambil alih sudut pandangnya, dan melihat dunia dari kaca mata yang ia pakai. Unsur biologis kita pun memungkinkan hal tersebut. Otak kita terbentuk persis untuk hal ini. Mengapa ini bisa terjadi?

Di titik ini, pemahaman tentang evolusi bisa sangat membantu. Tujuan dari proses evolusi manusia adalah pelestarian diri. Dalam hal ini, empati amatlah penting. Empati amat berguna untuk membangun hubungan antar manusia, terutama di dalam upaya untuk memahami emosi dan pikiran orang lain. Hanya dengan begini, komunitas dan organisasi bisa dibentuk, sehingga peluang untuk pelestarian diri di hadapan alam yang penuh ketidakpastian pun bisa terjadi.

Maka, hubungan dengan orang lain adalah sebuah keniscayaan. Mungkin, tak semua hubungan akan membawa hal baik. Banyak pula pola hubungan yang justru membawa penderitaan dan perang di dalam kehidupan. Namun, manusia adalah makhluk sosial. Susunan otak dan tubuhnya membutuhkan orang lain untuk berkembang.

Para filsuf sudah berulang kali menyatakan hal yang sama. Keberadaan manusia terkait erat dengan keberadaan segala sesuatu. Para pemikir Asia menyebutnya sebagai fakta interdependensi kehidupan. Para pemikir Eropa, seperti Heidegger, melihat kaitan mendalam manusia dengan dunianya.⁸ Kedirian manusia tidak hadir dan berkembang di dalam kekosongan.

Ini juga sebabnya, mengapa penolakan, dalam segala bentuknya, menyakitkan.⁹ Ikatan sosial adalah sesuatu yang amat penting di dalam proses

⁷ Ini disebut juga sebagai interdependensi (Wattimena, Dengarkanlah: Pandangan Hidup Timur, Zen dan Jalan Pembebasan 2018)

⁸ Lihat (Heidegger 1927)

⁹ Lihat (Magnis-Suseno 2009)

pelestarian diri dan perkembangan manusia. Rasa sakit yang muncul dari penolakan merupakan cara tubuh manusia, terutama otaknya, untuk berusaha lebih keras membangun hubungan dan ikatan sosial dengan orang lain. Dengan kata lain, tubuh kita sendiri mendorong kita untuk membentuk kelompok, atau komunitas. Rasa sakit muncul, ketika proses ini terhambat, atau terhenti.

Gejala ini cukup universal. Ia bisa ditemukan di berbagai kebudayaan. Manusia tidak hidup dan berkembang sendiri, tetapi selalu di dalam kelompok-kelompok. Kita mengikatkan diri kita ke dalam berbagai bentuk ikatan sosial, mulai dari keluarga, agama, masyarakat, bangsa sampai dengan komunitas internasional.¹⁰ Manusia merasa nyaman dan aman, ketika ia hidup dan berkembang bersama kelompok yang ia inginkan.

Di dalam ilmu pengetahuan modern, evolusi tidak hanya menjadi teori, tetapi menjadi salah satu kebenaran ilmiah yang diterima. Salah satu konsep dasar dari evolusi adalah kelestarian spesies yang berpijak pada kemampuan adaptifnya. Artinya, hanya spesies yang mampu berubah sesuai dengan keadaanlah yang mampu bertahan hidup.¹¹ Di dalam alam, ada kompetisi yang terus berlangsung. Siapa yang tak mampu beradaptasi akan langsung tersingkir.

Kemampuan beradaptasi kerap kali terkait dengan kekuatan fisik. Siapa yang fisiknya kuat, maka ia akan mampu bertahan hidup. Namun, ini tak selalu terjadi. Altruisme juga membuat spesies bertahan hidup.¹² Ini adalah paham, bahwa kekuatan tertinggi kehidupan adalah saling membantu, tanpa mengharapkan imbalan apapun.

Namun, kenyataannya memang tak pernah seindah itu. Kita hanya mau menolong orang yang dekat dengan kita, seperti keluarga atau teman. Di hadapan orang asing, kita cenderung membisu. Ini juga memenuhi fungsi pelestarian diri. Ketika komunitas diisi orang-orang yang saling melindungi, maka ia akan kuat, dan akan bisa bertahan hidup lebih lama.

Namun, pola ini juga tidak bertahan lama. Spesies jauh lebih luas dari keluarga. Justru dengan bekerja sama dengan orang asing, perdamaian bisa terjaga. Stabilitas secara keseluruhan pun bisa terbentuk. Kehadiran negara bangsa dan komunitas internasional berpijak pada pemahaman ini.

¹⁰ Lihat (Harari 2011)

¹¹ Lihat (Harari 2011)

¹² Lihat (Bregman 2019)

Di titik ini, sisi paradoks manusia menjadi jelas. Di satu sisi, manusia adalah mahluk pribadi. Ia memiliki kepentingan diri. Ia akan berusaha mewujudkan kepentingan diri tersebut menjadi kenyataan. Dalam hal ini, kompetisi dan konflik antar manusia tampak menjadi tak terhindarkan.

Di sisi lain, manusia hidup dalam komunitas. Keberadaannya tergantung pada komunitas tersebut. Ia bekerja sama untuk mencapai kebaikan bersama, termasuk bekerja sama dengan orang yang asing darinya. Untuk itu, kepentingan diri kerap kali harus ditunda. Dengan begini, negara dan peradaban manusia pun terbentuk.

Kemajuan peradaban hanya mungkin, jika orang-orang yang berbeda latar belakang bisa hidup damai, dan bekerja sama. Seni dan kebudayaan juga bisa berkembang, karena hal tersebut. Keluarga dan komunitas terdekat memang dibutuhkan untuk kebutuhan pelestarian diri. Namun, ini tidak cukup untuk menghadirkan seni, budaya dan peradaban kompleks, seperti yang dimiliki manusia sekarang ini. Kerja sama dengan „yang dianggap asing“ kiranya menjadi mutlak disini.

Kehadiran „yang dianggap asing“ jelas bermata dua. Ia merupakan syarat kemajuan, sekaligus membuka kemungkinan konflik berkepanjangan. Karena kita punya keluarga, maka kita juga punya yang „bukan keluarga“, yakni orang-orang asing yang berada di luar kelompok sosial kita. Mereka berbeda suku, ras dan agama dari kita. Sejarah manusia penuh dengan tegangan antara „yang familiar“ dan „yang asing“ ini.¹³

Perang adalah contoh paling nyata. Sejarah manusia dipenuhi olehnya. Kekerasan tidak hanya terjadi di antara para pejuang. Orang-orang yang tak bersalah pun kerap mengalaminya. Ironisnya, abad 20 justru adalah abad yang paling banyak diisi dengan kekerasan.¹⁴

1915, dunia dikejutkan dengan pembersihan etnis yang dilakukan oleh Turki Ottoman terhadap orang-orang Armenia. Di Cina, 1937, tentara Jepang masuk ke Cina, dan membunuh ratusan ribu orang sipil di sana. 1994, perang Etnis antara suku Tutsi dan Hutu di Rwanda pecah. Lebih dari 800.000 orang Tutsi terbunuh dengan menggunakan machete. Semasa perang dunia kedua, lebih dari 6 juta orang Yahudi dibunuh secara sistematis di kamp-kamp konsentrasi Eropa.¹⁵

¹³ Lihat (Wattimena, *Zwischen kollektivem Gedächtnis, Anerkennung und Versöhnung* 2016)

¹⁴ Lihat (Wattimena, *Zwischen kollektivem Gedächtnis, Anerkennung und Versöhnung* 2016)

¹⁵ Lihat (Eagleman 2015)

Rupanya, Eropa tak juga belajar dari dua perang dunia yang terjadi di sana. Sekitar 50 tahun kemudian, konflik berdarah terjadi lagi. Kali ini, ia mengambil bentuk genosida, atau pembersihan etnis di Yugoslavia. Antara 1992 sampai 1995, sekitar 100.000 orang dibunuh atas dasar perbedaan identitas di sana. Pelakunya adalah etnik Serbian yang sebelumnya hidup berdampingan dengan orang-orang Bosnia yang beragama Islam.

Tentara PBB mencoba mendamaikan keadaan. Namun, pada 11 Juli 1995, mereka melepaskan para pengungsi di kamp PBB. Karena tak berdaya, mereka dengan begitu mudah dibunuh oleh tentara yang berperang. Banyak warga sipil terbunuh. Banyak perempuan diperkosa, dan anak-anak yang juga terbunuh di dalam konflik.

Ada seorang ayah yang kehilangan seluruh keluarganya. Pelakunya sebenarnya bukan orang asing, melainkan tetangga mereka sendiri. Ia sungguh heran, mengapa ini bisa terjadi. Pembunuhan juga kerap kali dilakukan dengan penyiksaan di hadapan masyarakat luas terlebih dahulu. Seluruh tata nilai kemanusiaan dan kehidupan tampak lenyap, serta digantikan dengan kekejaman murni.

Mengapa ini bisa terjadi? Mengapa manusia bisa menunda perasaan manusiawinya, dan membunuh orang lain dengan kejam? Tentu saja, ada banyak jenis penjelasan. Di dalam tulisan ini, penjelasan neurosains kiranya paling cocok untuk diberikan. Satu jawaban yang muncul di rumuskan oleh Itzhak Fried.¹⁶

Ia menemukan pola yang sama di dalam diri para pelaku kekerasan. Mereka seolah menjadi pribadi yang berbeda. Mereka mengambil pribadi yang lain dari keseharian mereka.¹⁷ Yang berbeda ini adalah apa yang disebutnya sebagai Sindrom E. Di dalam diri para pelaku kekerasan, kehadiran Sindrom E ditandai dengan menurunnya kepekaan emosional.

Karena menurunnya kepekaan emosional, kekerasan pun menjadi terasa hambar. Perilaku kekerasan yang berulang menjadi mungkin, karena itu dilihat sebagai tindakan yang biasa. Tidak hanya itu, Sindrom E membuat kekerasan menjadi menggairahkan.¹⁸ Ia juga menular. Satu orang melakukannya, dan orang lain bisa

¹⁶ Lihat (Itzhak Fried 2017)

¹⁷ Lihat (Hardiman 2005)

¹⁸ Lihat (Wattimena, Filsafat Anti Korupsi 2012)

dengan mudah mengikuti.¹⁹ Kekerasan pun dilakukan secara selektif, yakni hanya kepada orang asing yang dianggap bukan keluarga.

Sindrom E memiliki pengaruh unik pada manusia. Di otaknya, fungsi bahasa, ingatan dan analisis berjalan normal. Maka, secara umum, keadaan otak tetap normal. Namun, ada perubahan kecil di titik yang menjalankan fungsi emosi dan empati. Keduanya seolah mampat, dan tidak ikut serta di dalam proses analisis maupun pembuatan keputusan.

Akibatnya, analisis tetap berpijak pada nalar dan logika. Namun, pertimbangan empatik dan emosional tersingkir ke belakang. Kesadaran moral pun hilang sementara. Empati mengalami hal serupa. Maka, melakukan kekerasan menjadi sesuatu yang biasa-biasa saja.²⁰

Tentu saja, penjelasan politik, sejarah dan ekonomi tetap diperlukan. Penjelasan neurosains tentang genosida juga kiranya bisa menambah wawasan. Satu penjelasan adalah soal kehadiran dari Sindrom E, sebagaimana sudah dijelaskan sebelumnya. Bagaimana konflik berakhir pada pembunuhan massal? Dan mengapa peristiwa ini terus berulang di dalam sejarah manusia? ²¹

Salah satu penjelasan adalah pandangan manusia tentang identitas. Ada orang yang sama identitasnya dengannya. Ini disebut sebagai *in group*. Sementara, ada orang lain yang berbeda identitas. Ini disebut juga *out group*.

Ketika melihat orang yang kesakitan, kita juga seolah merasa sakit. Seolah, kita mengalami rasa sakit tersebut secara langsung. Ini salah satu sifat alami manusia, dan juga bisa disebut sebagai empati. Pertanyaan penting menggantung disini. Apakah tingkat empati kita sama, ketika menyaksikan orang asing ataupun keluarga kita yang sedang merasa sakit?

Eagleman mengutip satu penelitian tentang ini.²² Kesimpulan yang cukup terduga pun didapatkan. Terhadap keluarga, atau *ingroup*, empati orang cenderung lebih besar. Maka, tingkat kekerasan menjadi semakin kecil, atau hilang sama sekali. Sebaliknya, terhadap orang asing, atau *outgroup*, empati mengecil, dan kemungkinan untuk melakukan kekerasan pun membesar.

¹⁹ Lihat (Hardiman, Die Herrschaft der Gleichen: Masse und totalitäre Herrschaft. Eine kritische Überprüfung der Texte von Georg Simmel, Hermann Broch, Elias Canetti und Hannah Arendt 2001)

²⁰ Lihat (Wattimena, Filsafat Anti Korupsi 2012)

²¹ Lihat (Wattimena, Zwischen kollektivem Gedächtnis, Anerkennung und Versöhnung 2016)

²² Lihat (Eagleman 2015)

Bagaimana cara, supaya orang dilihat sebagai bagian dari *ingroup*, sehingga ia tidak menjadi orang asing lagi? Kita hanya perlu memiliki satu kesamaan identitas sosial maupun minat saja. Sesama orang Indonesia akan melihat dirinya sebagai *ingroup*. Sesama pencita musik akan melihat dirinya bagian dari *ingroup*. Manusia amat mudah untuk melihat manusia lainnya sebagai bagian dari *ingroup*-nya.

Sementara, untuk kelompok *outgroup*, empati menurun. Kemungkinan melakukan kekerasan pun meningkat. Namun, ini rupanya tak cukup untuk menjelaskan soal terjadinya pembunuhan massal dan genosida. Dibutuhkan beberapa langkah lagi, supaya tindakan biadab itu menjadi mungkin. Orang melihat orang lain tidak lagi sebagai manusia, melainkan sebagai benda yang mengganggu.

Inilah yang disebut sebagai dehumanisasi. Manusia lain, terutama orang asing, dilihat tidak lagi sebagai manusia. Empati pun menurun. Tidak ada lagi kemauan dan kemampuan merasakan penderitaan mereka. Karena, bagaimanapun, benda tidak dapat menderita.

Pola moralitasnya pun menjadi berbeda. Benda boleh diperlakukan sesuai kebutuhan. Jika tak lagi digunakan, atau justru mengganggu, mereka layak untuk dihancurkan. Dehumanisasi adalah inti dari genosida, atau semua bentuk pembunuhan massal.²³ Orang-orang Yahudi dilihat sebagai obyek oleh NAZI Jerman, dan orang-orang Muslim dilihat sebagai obyek di dalam perang Serbia di akhir abad 20.

Mengapa proses dehumanisasi ini terjadi? Eagleman memberi satu jawaban lugas, yakni manipulasi neural yang sudah lama terjadi dan sangat efektif. Inilah yang disebut sebagai propaganda.²⁴ Pemberitaan bohong yang memojokkan satu kelompok tertentu. Hoaks, dalam jangka panjang, bisa mengubah keadaan, dan mendorong pembunuhan massal.

Pikiran manusia memang adalah sesuatu yang amat rapuh. Ia begitu mudah berubah. Ia begitu mudah dimanipulasi oleh propaganda dan hoaks. Akibatnya pun bisa begitu buruk. Perang dan genosida di dalam sejarah terjadi persis karena manipulasi berkepanjangan semacam itu.

Bagaimana cara melawan segala bentuk propaganda dan hoaks di masyarakat? Pendidikan berperan penting disini. Pemahaman tentang identitas yang luas amat

²³ Lihat (Hardiman, Memahami Negativitas 2005)

²⁴ Lihat (Herman 1988) Buku bersama Noam Chomsky

membantu mencegah terjadinya konflik ataupun genosida. Pemahaman tentang makna propaganda, serta mencegah tersebarnya hoaks, juga berperan besar.²⁵ Di abad digital, seperti sekarang ini, pemahaman tentang identitas, cara kerja propaganda dan pelarangan hoaks menjadi sangat penting.

Manusia adalah makhluk sosial. Ia membutuhkan orang lain untuk keberadaannya. Otak manusia juga selalu tercipta untuk membangun hubungan dengan manusia dan makhluk lain. Inilah yang disebut sebagai otak sosial (*social brain*).²⁶ Keberadaan dan perkembangan kita sebagai manusia tergantung padanya.

Hubungan manusia pun tidak selalu diisi perdamaian. Ada manipulasi yang menghasilkan konflik di dalamnya. Ada satu fakta ilmiah menarik disini. Batas diri kita bukanlah batas kulit kita. Keberadaan kita, baik secara biologis maupun sosial, terhubung dengan lingkungan kita.

Tubuh kita, terutama jaringan saraf kita, membentuk jaringan raksasa yang terhubung dengan segala yang ada. Ini disebut juga organisme super (*super organism*).²⁷ Tidak ada yang disebut sebagai diri yang mandiri dan sepenuhnya otonom. Kita tidak hanya membutuhkan orang lain di dalam hidup kita. Namun, sesungguhnya, tidak ada yang disebut sebagai orang lain.²⁸

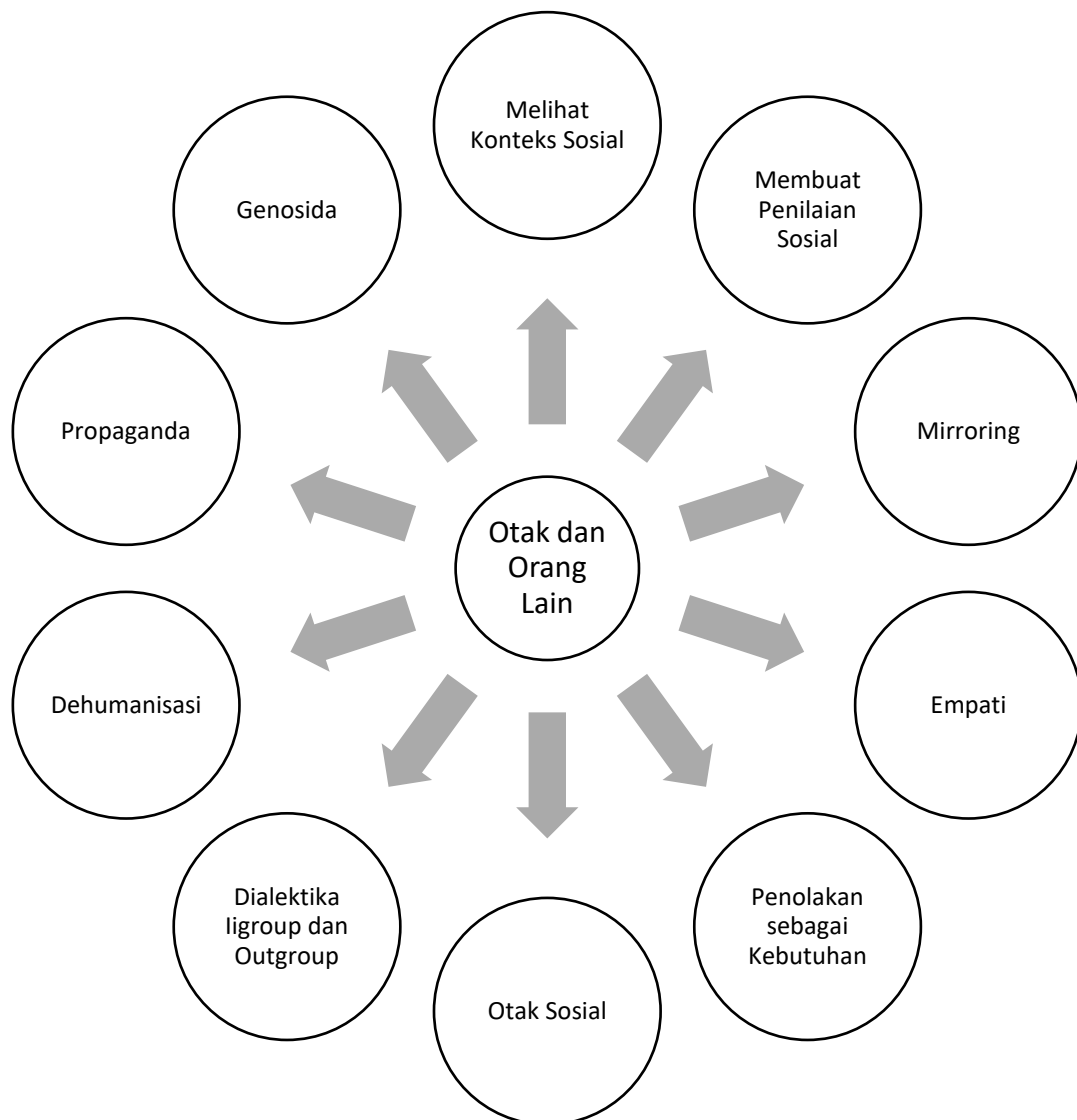
²⁵ Lihat (Wattimena, Mendidik Manusia: Revolusi Pendidikan Indonesia Abad 21 2020)

²⁶ Lihat (Adolphs 2009)

²⁷ Lihat (Watts 1957)

²⁸ Lihat (Sadhguru 2016)

Bagan 2.²⁹



Filsafat tentang Orang Lain

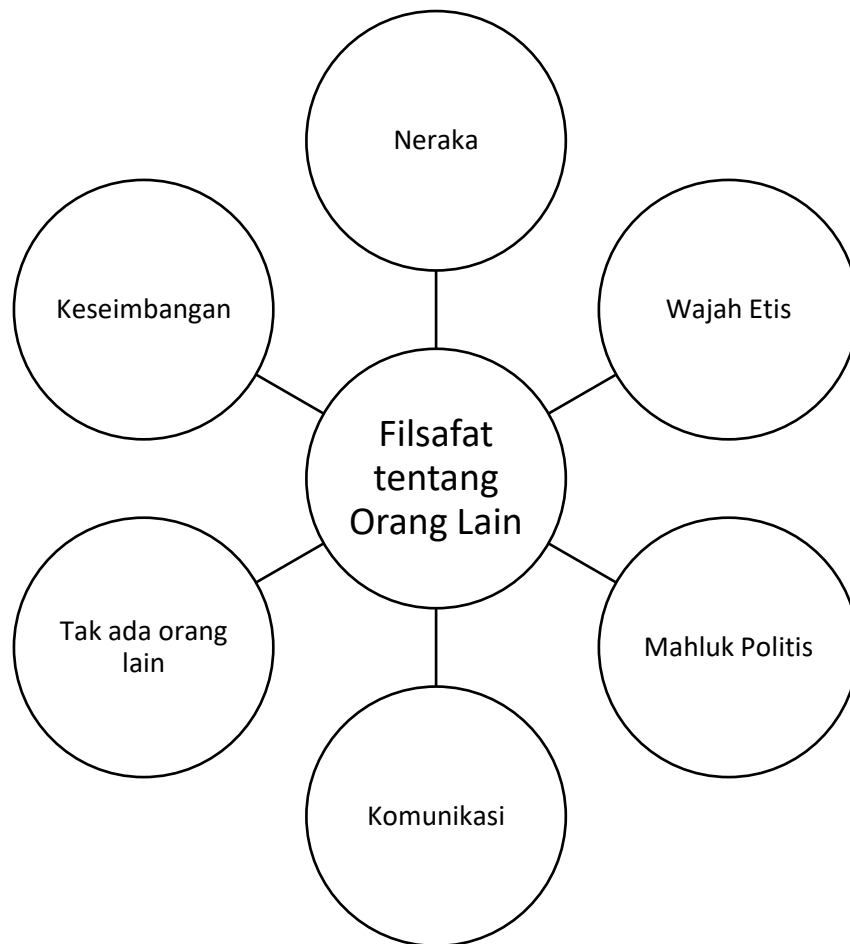
Cukup banyak kajian filosofis tentang hubungan antar manusia. Ragamnya pun cukup luas, yakni dari penolakan sampai penerimaan total seutuhnya tentang hubungan antar manusia. Tentang ini, kiranya pendapat Jean-Paul Sartre penting untuk ditanggapi. Ia adalah seorang pemikir Prancis di pertengahan abad ke 20. Bukunya yang paling terkenal adalah *Being and Nothingness*.

Bagi Sartre, hubungan antar manusia adalah sebuah penyiksaan. Ia menyebutnya sebagai neraka: “neraka adalah orang lain” (*hell is other people*). Di

²⁹ Hasil rumusan penulis

bawah tatapan orang lain, kita kehilangan autentisitas diri.³⁰ Kita harus mengikuti norma sosial yang kerap kali menindas kebebasan. Tak jarang, jika tak mengikuti norma sosial yang ada, orang mendapatkan hukuman, baik dalam bentuk apapun kriminalisasi.

Bagan 3.³¹



Pendapat lain dikemukakan oleh Emmanuel Levinas, seorang pemikir Prancis. Di dalam bukunya yang berjudul *Totality and Infinity*, ia merumuskan etika wajah orang lain.³² Orang lain, dengan wajahnya, memanggil kita untuk bersikap baik. Ia memanggil untuk bersikap penuh kasih dan memberikan pertolongan yang

³⁰ Lihat (e. Reza A.A Wattimena 2013)

³¹ Hasil rumusan penulis

³² Lihat (Levinas 1961)

dibutuhkan. Keberadaan diri, pikiran dan tubuhku selalu dalam hubungan yang mendalam dengan wajah yang lain.

Salah satu pijakan utama filsafat Eropa adalah pemikiran Aristoteles, terutama dalam buku klasiknya yang berjudul *Nicomachean Ethics*. Di dalamnya, ia melihat manusia sebagai makhluk politis, yakni makhluk yang terdorong secara alami untuk membentuk komunitas. Maka dari itu, keterlibatan di dalam kehidupan bermasyarakat lalu dilihat sebagai salah prasyarat terpenting dari keutuhan hidup manusia. Tanpa keterlibatan semacam itu, manusia akan hidup setingkat dengan binatang, yakni hanya mengikuti insting-insting dasarnya semata. Ia tak akan bisa mencapai kepenuhan hidup yang seutuhnya.³³

Pandangan Aristoteles menjadi dasar bagi perkembangan filsafat politik di Eropa. Pandangan ini kemudian juga tersebar ke berbagai kebudayaan lain. Salah satu yang paling mempengaruhi kehidupan politik dunia abad 21 adalah pemikiran Habermas, terutama dalam bukunya yang berjudul *Faktizität und Geltung*.³⁴ Habermas melihat, bahwa masyarakat majemuk di abad 21 hanya dapat hidup dalam damai, jika setiap warganya terlibat di dalam proses komunikasi yang egaliter dan bebas dominasi antara satu sama lain, terutama untuk membuat berbagai hukum maupun peraturan yang berlaku untuk semua. Proses komunikasi ini menjadi dasar dari demokrasi modern, dan berpijak pada hubungan antar manusia yang egaliter, bebas dominasi dan adil.³⁵

Filsafat Asia juga banyak membicarakan tentang tema hubungan antar manusia. Dasarnya adalah hubungan yang harmonis antara manusia dan alam yang mencerminkan harmoni hubungan antar manusia itu sendiri. Tradisi Yoga dan Zen, bagian dari Filsafat Asia yang amat berpengaruh di dunia, memiliki pandangan serupa dengan penelitian-penelitian neurosains yang sudah dibahas sebelumnya.³⁶ Keduanya menekankan kesatuan dari segala sesuatu. Kita memperlakukan orang lain sama seperti kita memperlakukan diri kita sendiri.³⁷

Zen berarti melebur dengan saat ini sepenuhnya. Segala pertimbangan tentang masa lalu dan masa depan ditunda. Orang mencapai kejernihan tentang siapa dirinya

³³ Lihat (Magnis-Suseno 2009)

³⁴ Lihat (Habermas 1989) dan (Wattimena, Melampaui Negara Hukum Klasik 2007)

³⁵ Lihat (Habermas 1989)

³⁶ Lihat (Sadhguru 2016)

³⁷ Kristiani

sesungguhnya dalam hubungan dengan segala yang ada. Demikian dengan Yoga yang akar katanya berarti kesatuan. Sesungguhnya, tidak ada perbedaan antara manusia, karena semuanya dibentuk oleh unsur-unsur yang sama di alam semesta.

Di dalam filsafat, kajian tentang hubungan antar manusia seolah terbelah dua. Satu sisi melihat hubungan antar manusia diisi penindasan yang menikam kebebasan. Orang kehilangan diri asli dan kebebasan hidupnya. Disisi lain, hubungan antar manusia dilihat juga sebagai prasyarat dari kehidupan itu sendiri. Aku tidak bisa ada, tanpa orang lain. Perkembangan diri manusia juga amat tergantung padanya.

Dua tegangan ini kiranya bisa saling melengkapi. Ada masanya, ketika hubungan antar manusia menjadi penindasan. Disini, filsafat dan sikap kritis yang berpijak pada akal sehat diperlukan, guna menyelamatkan manusia dari penjajahan atas nama menyesuaikan dengan kepentingan orang lain, atau kepentingan masyarakat. Ada masanya, ketika kebebasan kehilangan arah, dan menciptakan banyak kerusakan bagi hidup manusia. Hubungan yang baik dengan orang lain bisa menjadi pengingat yang baik, ketika hal itu terjadi.

Kesimpulan

Kehadiran orang lain mutlak diperlukan bagi keberadaan sekaligus perkembangan hidup kita. Penelitian-penelitian neurosains sampai pada kesimpulan serupa, setelah melihat bagaimana otak terkait erat dengan proses penciptaan konteks sosial, empati sekaligus proses saling bercermin (*mirroring*) antar manusia. Keberadaan orang lain juga bisa menjadi penyeimbang, sehingga kita tidak bersikap seenaknya dengan kebebasan yang ada. Namun, otak dan pikiran manusia juga menciptakan kelompok *ingroup* dan *outgroup*. Ini salah satu penyebab terjadinya pembunuhan massal yang didahului oleh proses dehumanisasi.

Daftar Pustaka

- Adolphs, Ralph. 2009. "The Social Brain: Neural Basis of Social Knowledge." *Annu Rev Psychol* 60: 693–716.
- Bregman, Rutger. 2019. *Humankind: A Hopeful History*. Bloomsbury.
- Eagleman, David. 2015. *The Brain: The Story of You*. New York: Pantheon Books.
- Habermas, Jürgen. 1989. *Faktizität und Geltung - Beiträge zur Diskurstheorie des Rechts und des demokratischen Rechtsstaats*. Frankfurt: Suhrkamp.
- Harari, Yuval Noah. 2011. *Sapiens: A Brief History of Human Kind*. Harper.
- Hardiman, F. Budi. 2001. *Die Herrschaft der Gleichen: Masse und totalitäre Herrschaft. Eine kritische Überprüfung der Texte von Georg Simmel, Hermann Broch, Elias Canetti und Hannah Arendt*. Peter Lang .
- . 2005. *Memahami Negativitas*. Jakarta: Penerbit Kompas.
- Heidegger, Martin. 1927. *Sein und Zeit*. Max Niemeyer.
- Herman, Edward and Noam Chomsky. 1988. *Manufacturing Consent: The Political Economy of the Mass Media*. Pantheon.
- Itzhak Fried, MD. 2017. *Syndrome E*.
[https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(97\)09385-9/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(97)09385-9/fulltext).
- Levinas, Emmanuel. 1961. *Totality and Infinity: An Essay on Exteriority* . Martinus Nijhoff.
- Magnis-Suseno, Franz. 2009. *Menjadi Manusia, Belajar dari Aristoteles*. Yogyakarta: Kanisius.
- Reza A.A Wattimena, Anak Agung Banyu Perwita. 2019. *Memahami Hubungan Internasional Kontemporer*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Reza A.A Wattimena, et.al. 2013. *Menjadi Manusia Autentik*. Surabaya: Graha Ilmu.
- Sadhguru. 2016. *Inner Engineering*. Random House.
- Wattimena, Reza A.A. 2018. *Dengarkanlah: Pandangan Hidup Timur, Zen dan Jalan Pembebasan*. Jakarta: Karaniya.
- . 2012. *Filsafat Anti Korupsi*. Yogyakarta: Kanisius.
- . 2007. *Melampaui Negara Hukum Klasik*. Yogyakarta: Kanisius.
- . 2020. *Mendidik Manusia: Revolusi Pendidikan Indonesia Abad 21*. Jakarta: Gramedia.

- Wattimena, Reza A.A. 2021. "Otak dan Kenyataan, Kajian Filsafat dan Neurosains."
The Ary Suta Center Series on Strategic Management.
- . 2016. *Zwischen kollektivem Gedächtnis, Anerkennung und Versöhnung.*
München.
- Watts, Alan. 1957. *The Way of Zen.* New York: Pantheon.